

## COVID-19

# ¿Qué es el distanciamiento social?



Los residentes de Nueva Jersey deben prepararse para un posible brote de COVID-19 en su comunidad. Usted puede tomar medidas para reducir la propagación del COVID-19.



Evite los espacios públicos con mucha concurrencia (centros comerciales, cines, estadios) y las reuniones masivas.



Cuando sea posible, mantenga distancia de los demás (aproximadamente 6 pies).



Tome medidas diarias de prevención, como lavarse las manos con frecuencia, quedarse en su casa si se enferma y cubrirse al toser y estornudar.

## ¿Cómo ayuda esto a detener la propagación del COVID-19?

El distanciamiento social se enfoca en los comportamientos personales que puede adoptar la gente para reducir el riesgo de infección.

El virus que causa la enfermedad de COVID-19 se propaga de las siguientes maneras:

- entre personas que están en contacto cercano (aproximadamente a 6 pies o menos).
- mediante gotículas respiratorias que se producen cuando una persona infectada tose o estornuda.

Esas gotículas pueden llegar a la boca o la nariz de las personas que se encuentran cerca o ser inhaladas y llegar a los pulmones.

El distanciamiento social no siempre es posible, pero haga su mejor esfuerzo para mantener su espacio personal y tener una buena higiene.



## Para obtener más información

El servicio telefónico público 24/7 COVID-19 se encuentra disponible para responder preguntas generales: **1-800-962-1253**.

Los residentes que tengan preguntas o inquietudes sobre el COVID-19 y sobre los recursos disponibles también pueden llamar al **2-1-1** o enviar NJCOVID por mensaje de texto al **898-211**.